



## 6月 離乳食献立表



| 日  | 曜日 | 後期食                                | 中期食                                         | 前期食                                         |
|----|----|------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1  | 日  |                                    |                                             |                                             |
| 2  | 月  | 軟飯 おひたし 煮りんご(薄切り)<br>煮込みスパゲティ      | かゆ おひたし(きざみ)煮りんご(おろし)<br>煮込みスパゲティ(きざみ)      | かゆ 煮つぶし 煮りんご(おろし)<br>煮込みスパゲティ(つぶし)          |
| 3  | 火  | 軟飯 魚野菜あんかけ(きざみ)<br>こふき芋 みそ汁        | かゆ 魚野菜あんかけ(きざみ)<br>こふき芋(つぶし) みそ汁(きざみ)       | かゆ 白身魚(つぶし)<br>こふき芋(つぶし) みそ汁(つぶし)           |
| 4  | 水  | 軟飯 麻婆豆腐<br>スープ バナナ                 | かゆ 麻婆豆腐(きざみ)<br>スープ(きざみ) バナナ(きざみ)           | かゆ 煮つぶし<br>スープ(つぶし) バナナ(つぶし)                |
| 5  | 木  | 軟飯 柔らか煮<br>人参柔らか煮 すまし汁             | かゆ 柔らか煮(きざみ)<br>人参柔らか煮(きざみ)すまし汁(きざみ)        | かゆ 煮つぶし<br>煮つぶし すまし汁(つぶし)                   |
| 6  | 金  | 軟飯 チンゲン菜スープ<br>雑菜 メロン(薄切り)         | かゆ チンゲン菜スープ(きざみ)<br>雑菜(きざみ) メロン(おろし)        | かゆ チンゲン菜スープ(つぶし)<br>煮つぶし メロン(果汁)            |
| 7  | 土  | 軟飯 豆腐スープ<br>煮込みビーフン                | かゆ 豆腐スープ(きざみ)<br>煮込みビーフン(きざみ)               | かゆ 豆腐スープ(つぶし)<br>煮込みビーフン(つぶし)               |
| 8  | 日  |                                    |                                             |                                             |
| 9  | 月  | 軟飯 シチュー<br>野菜煮 メロン(薄切り)            | かゆ シチュー(きざみ)<br>野菜煮(きざみ) メロン(おろし)           | かゆ 煮つぶし<br>煮つぶし メロン(果汁)                     |
| 10 | 火  | 軟飯 煮魚(ほぐし)<br>おひたし(きざみ) 豆乳汁        | かゆ 煮魚(ほぐし)<br>おひたし(きざみ) 豆乳汁(きざみ)            | かゆ 白身魚(つぶし)<br>煮つぶし 豆乳汁(つぶし)                |
| 11 | 水  | 軟飯 きつねうどん<br>柔らか煮 オレンジ(ほぐし)        | かゆ きつねうどん(きざみ)<br>柔らか煮(きざみ) オレンジ(ほぐし)       | かゆ うどん(つぶし)<br>煮つぶし オレンジ(果汁)                |
| 12 | 木  | 軟飯 煮魚(ほぐし)<br>ポテトサラダ みそ汁           | かゆ 煮魚(ほぐし)みそ汁(きざみ)<br>ポテトサラダ(きざみ)           | かゆ 白身魚(つぶし)<br>ポテトサラダ(つぶし) みそ汁(つぶし)         |
| 13 | 金  | 軟飯 煮魚(ほぐし) 柔らか煮<br>汁ビーフン すいか(きざみ)  | かゆ 煮魚(ほぐし) 柔らか煮(きざみ)<br>汁ビーフン(きざみ) すいか(きざみ) | かゆ 白身魚(つぶし)すいか(果汁)<br>柔らか煮(つぶし)汁ビーフン(つぶし)   |
| 14 | 土  | 軟飯 みそ汁<br>豆腐そぼろ煮                   | かゆ みそ汁(きざみ)<br>豆腐煮(きざみ)                     | かゆ 豆腐煮(つぶし)<br>みそ汁(つぶし)                     |
| 15 | 日  |                                    |                                             |                                             |
| 16 | 月  | 軟飯 野菜煮<br>みそ汁 メロン(薄切り)             | かゆ 野菜煮(きざみ)<br>みそ汁(きざみ) メロン(おろし)            | かゆ 野菜煮(つぶし)<br>みそ汁(つぶし)メロン(果汁)              |
| 17 | 火  | 軟飯 ハヤシシチュー<br>おひたし オレンジ(ほぐし)       | かゆ ハヤシシチュー(きざみ)<br>おひたし(きざみ) オレンジ(ほぐし)      | かゆ 煮つぶし<br>おひたし(つぶし) オレンジ(果汁)               |
| 18 | 水  | 野菜軟飯 煮魚(ほぐし)すまし汁<br>柔らか煮 メロン(薄切り)  | 野菜かゆ(きざみ)煮魚(ほぐし)すまし汁<br>柔らか煮(きざみ)メロン(おろし)   | 野菜かゆ(つぶし) 白身魚(つぶし)<br>柔らか煮(つぶし)すまし汁 メロン(果汁) |
| 19 | 木  | 軟飯 豆腐含め煮<br>柔らか煮 すいか(きざみ)          | かゆ 豆腐含め煮(きざみ)<br>柔らか煮(きざみ) すいか(きざみ)         | かゆ 柔らか煮(つぶし)<br>煮つぶし すいか(果汁)                |
| 20 | 金  | 軟飯 煮込みめん(きざみ)<br>白菜スープ バナナ         | かゆ 煮込みめん(きざみ)<br>白菜スープ(きざみ) バナナ(きざみ)        | かゆ 煮込みめん(つぶし)<br>白菜スープ(つぶし) バナナ(つぶし)        |
| 21 | 土  | 軟飯 魚のみそ煮(ほぐし)<br>柔らか煮 豆乳スープ        | かゆ 魚のみそ煮(ほぐし)<br>柔らか煮(きざみ) 豆乳スープ(きざみ)       | かゆ 白身魚(つぶし)<br>煮つぶし 豆乳スープ(つぶし)              |
| 22 | 日  |                                    |                                             |                                             |
| 23 | 月  | 軟飯 野菜のうま煮<br>おひたし スープ              | かゆ 野菜のうま煮(きざみ)<br>おひたし(きざみ) スープ(きざみ)        | かゆ 煮つぶし<br>煮つぶし スープ                         |
| 24 | 火  | 軟飯 ポテトミートローフ<br>おひたし コーンスープ        | かゆ ポテトミートローフ(ほぐし)<br>おひたし(きざみ)コーンスープ(きざみ)   | かゆ 煮つぶし<br>煮つぶし スープ(つぶし)                    |
| 25 | 水  | 軟飯 煮魚(ほぐし)<br>すまし汁 ツナ和え            | かゆ 煮魚(ほぐし) すまし汁(きざみ)<br>ツナ和え(きざみ)           | かゆ 白身魚(つぶし)<br>煮つぶし すまし汁                    |
| 26 | 木  | 軟飯 煮込みめん(きざみ)<br>煮豆(皮を除く) すいか(きざみ) | かゆ 煮込みめん(きざみ)<br>煮豆(皮除く) すいか(きざみ)           | かゆ 煮込みめん(つぶし)<br>すいか(果汁)                    |
| 27 | 金  | 軟飯 鶏肉のケチャップ煮<br>柔らか煮 オクラスープ        | かゆ 鶏肉のケチャップ煮(きざみ)<br>柔らか煮(きざみ)オクラスープ(きざみ)   | かゆ 柔らか煮(つぶし)<br>煮つぶし オクラスープ(つぶし)            |
| 28 | 土  | 軟飯 豆腐煮<br>みそ汁                      | かゆ 豆腐煮(きざみ)<br>みそ汁(きざみ)                     | かゆ 煮つぶし<br>みそ汁(つぶし)                         |
| 29 | 日  |                                    |                                             |                                             |
| 30 | 月  | 軟飯 シチュー<br>柔らか煮 オレンジ(ほぐし)          | かゆ シチュー(きざみ)<br>柔らか煮(きざみ) オレンジ(ほぐし)         | かゆ 煮つぶし<br>煮つぶし オレンジ(果汁)                    |

材料購入都合上、献立を変更する場合がありますのでご承知ください。